

**BULIMIA NERVOSA
PADA WANITA DEWASA AWAL
(Studi Kasus)**

070-A/04
Dam
b

SKRIPSI



Disusun Oleh :

**ANGELA FEBI DAMAYANTI
119910281**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2004**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Bulimia nervosa pada wanita dewasa awal adalah fenomena yang menarik di mana ketika seorang telah dianggap dewasa, namun tidak dapat mengontrol perilakunya, terutama perilaku makannya. Bulimia nervosa dapat terjadi pada setiap orang, akan tetapi ada beberapa faktor yang mendorong dan memicu terjadinya bulimia nervosa.

5.1.1. Faktor Predisposisi

Adapun faktor-faktor yang mendorong terjadinya bulimia nervosa adalah:

5.1.1.1. Kepribadian

Beberapa sifat seseorang yang mempengaruhi terjadinya bulimia nervosa pada seseorang antara lain perfeksionisme, kurangnya kontrol diri, dan ketidakstabilan emosi.

5.1.1.2. Keluarga

Permasalahan yang terjadi dalam keluarga dan hubungan yang tidak mendalam antar anggota keluarga dapat menyebabkan terjadinya bulimia nervosa.

5.1.1.3. Body Image

Persepsi seseorang terhadap diri sendiri, terutama berat badan dan bentuk tubuh mempengaruhi terjadinya bulimia nervosa pada seseorang.

5.1.1.4. Self-Esteem dan Self-Regulation

Rendahnya self esteem seseorang dan permasalahan dalam self regulation mendorong seseorang untuk melakukan perilaku bulimia.

5.1.1.5. Depresi

Depresi yang pernah dialami seseorang dapat mempengaruhi terjadinya bulimia nervosa.

5.1.2. Faktor Pencetus Bulimia Nervosa

Faktor yang memicu munculnya bulimia nervosa pada seseorang antara lain stres dan kebosanan.

5.1.3. Dinamika Terjadinya Bulimia Nervosa

Bulimia nervosa terjadi terutama karena adanya perhatian yang berlebihan terhadap berat badan dan bentuk tubuh. Perhatian yang berlebihan ini tidak begitu saja muncul dan langsung memicu terjadinya bulimia nervosa pada seseorang. Perhatian yang berlebihan terhadap berat badan dan bentuk tubuh ini muncul karena adanya faktor predisposisi yang melatarbelakangi. Predisposisi ini dialami seseorang semenjak ia kecil dan terus berlanjut. Predisposisi ini seolah menjadi bibit terpendam yang dapat mempengaruhi terjadinya bulimia nervosa.

Faktor-faktor predisposisi ini kemudian mempengaruhi cara pandang seseorang terhadap berat badan dan bentuk tubuh. Keinginan untuk memiliki tubuh ideal berubah menjadi keinginan untuk memiliki tubuh kurus. Keinginan untuk memiliki tubuh kurus ini ditambah dengan kejadian yang menjadi pemicu akhirnya mendorong individu untuk melakukan perilaku bulimia.

Bulimia nervosa sendiri merupakan sebuah bentuk siklus yang berputar. Siklus ini terdiri atas pesta makan, perasaan bersalah dan perilaku kompensasi. Siklus ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gb 5.1 Siklus Bulimia Nervosa

5.2. Saran

5.2.1. Bagi Peneliti sejenis

- a. Mengingat bahwa penelitian sejenis masih jarang di Indonesia, maka perlu diperbanyak penelitian dengan topik serupa agar diperoleh generalisasi yang luas sehingga dapat diterapkan pada seluruh lapisan masyarakat kita.
- b. Penelitian yang menggunakan metode gabungan kuantitatif dan kualitatif pada penelitian selanjutnya akan semakin mempertajam validitas dan reliabilitas hasil penelitian.

5.2.2. Bagi orang tua dari anak penderita bulimia nervosa

- a. Orang tua hendaknya lebih dapat memperhatikan perkembangan anak-anak mereka, perubahan-perubahan yang terjadi, misalnya anak bersikap menyendiri dan kepedulian mereka terhadap bentuk tubuh ideal.
- b. Orang tua hendaknya tetap memberikan pemahaman kepada anak, terutama wanita mengenai bentuk tubuh ideal dan bagaimana cara memperoleh dan mempertahankannya.
- c. Orang tua hendaknya melibatkan anak dalam setiap permasalahan yang dihadapi keluarga, memberi pengertian dan meminta pendapat mereka.

5.2.3. Bagi psikolog, hendaknya lebih memperkenalkan tentang bulimia nervosa dan dampaknya pada masyarakat sehingga masyarakat lebih

waspada terhadap bulimia nervosa dan berhati-hati dalam mengkonsumsi obat pelangsing.

- 5.2.4. Bagi terapis yang menangani penderita bulimia, hendaknya mendorong orang tua untuk menyadari pentingnya keterlibatan keluarga dalam menunjang keberhasilan terapi.

